

PRANZO

MATERIA STAGIONALE, VIVA E VEGETALE

BENVENUT* NELLA CUCINA DI KALAN.

QUI IL CIBO È ENERGIA.
LA NOSTRA CUCINA NASCE DALL'INCONTRO TRA NUTRIZIONE CONSAPEVOLE, PIACERE DEL GUSTO E ASCOLTO DEL CORPO.
OGNI PROPOSTA È PENSATA PER NUTRIRE CORPO E MENTE, CON INGREDIENTI STAGIONALI, NATURALI, VITALI E INTERAMENTE VEGETALI.
CI ISPIRIAMO AI PRINCIPI DELLA CUCINA ENERGETICA, CHE CONSIDERA L'EFFETTO DEGLI ALIMENTI SUL NOSTRO EQUILIBRIO FISICO ED EMOTIVO, PER ACCOMPAGNARTI IN UN'ESPERIENZA DI BENESSERE AUTENTICO.

LE CREAZIONI DELLO **CHEF KENAN BUYUKTAS** E DEL TEAM SONO VIVE, ARMONIOSE E PROFONDAMENTE CONNESSE CON LA NATURA – E CON TE.

LA NOSTRA CUCINA PRIVILEGIA PREPARAZIONI SENZA GLUTINE, MA ALCUNE PROPOSTE POTREBBERO CONTENERE TRACCE DOVUTE A CONTAMINAZIONI.
TI INVITIAMO A SEGNALARE EVENTUALI ALLERGIE O INTOLLERANZE AL PERSONALE, COSÌ DA POTERTI OFFRIRE LA MIGLIORE ESPERIENZA POSSIBILE.

CREDIAMO CHE L'ACQUA SIA UN DONO ESSENZIALE DELLA NATURA, SIMBOLO DI VITA E BENESSERE. PER QUESTO, DA NOI, SCORRE LIBERAMENTE, A DISPOSIZIONE DI TUTTI.

LEGENDA

SECONDO L'AYURVEDA, OGNUNO DI NOI È UNICO.
NEL MENU, I SIMBOLI INDICANO I DOSHA CHE OGNI PROPOSTA CONTRIBUISCE AD ARMONIZZARE.

DOSHA



KAPHA

DERIVATO DA TERRA E ACQUA, KAPHA È L'ENERGIA DELLA STABILITÀ, DELLA CURA E DELLA COESIONE.
LE PERSONE CON PREDOMINANZA KAPHA SONO CALME, AFFETTUOSE E AFFIDABILI, CON UNA NATURALE PREDISPOSIZIONE ALL'EMPATIA E ALLA GENTILEZZA.
FISICAMENTE, PRESENTANO UNA CORPORATURA ROBUSTA, PELLE MORBIDA E UNA FORZA COSTANTE CHE DONA EQUILIBRIO E RADICAMENTO.



PITTA

FORMATO DA FUOCO E ACQUA, PITTA INCARNA L'ENERGIA DELLA TRASFORMAZIONE, DELLA CHIAREZZA E DEL METABOLISMO.
LE PERSONE CON UN DOSHA PITTA DOMINANTE SONO DETERMINATE, BRILLANTI E MOTIVATE, CON GRANDE CAPACITÀ DI CONCENTRAZIONE E SPIRITO DI LEADERSHIP.
FISICAMENTE, HANNO UNA CORPORATURA MEDIA, PELLE SENSIBILE E UNA DIGESTIONE VIGOROSA CHE RIFLETTE LA LORO VITALITÀ INTERIORE.



VATA

COMPOSTO DA ARIA E SPAZIO, VATA RAPPRESENTA L'ENERGIA DEL MOVIMENTO, DELLA CREATIVITÀ E DELL'ISPIRAZIONE.
LE PERSONE CON PREDOMINANZA VATA SONO DINAMICHE, ENTUSIASTE E RICCHE DI IMMAGINAZIONE, CAPACI DI PORTARE LEGGEREZZA E NUOVE PROSPETTIVE OVUNQUE VADANO.
FISICAMENTE, TENDE AD AVERE UNA COSTITUZIONE LEGGERA, CON TRATTI DELICATI E UNA SENSIBILITÀ CHE LO RENDE INTUITIVO E PROFONDAMENTE CONNESSO ALL'AMBIENTE.

ESSENZE SALATE

ASSAGGI LEGGERI DA VIVERE O CONDIVIDERE

BRUSCHETTA FUNGHI [8] — 9.50
FOCACCIA AL GRANO DI SARACENO SENZA GLUTINE, CREMA DI FUNGHI PORCINI E PLEUROTUS ARROSTO

PATATE AL FORNO [8] — 5.5
PATATE ARROSTO CON CREMA DI FUNGHI PORCINI E POLVERE DI CAPERI

TARTARE DI BARBABIETOLA [8] — 6
CON GEL DI IBISCO E LIME, CREMA DI AVOCADO E CORIANDOLO FRESCO

INDIVIA BELGA [9 11] — 6
INDIVIA BELGA ARROSTO, SALSA TAHINI E CORIANDOLO E CRUMBLE DI OLIVE

SORGO E FUNGHI [6 9] — 6
SORGO AL VAPORE MARINATO CON PONZU E FUNGHI SFILACCIATI

RADICI IN AGRODOLCE — 3
CAROTE GIALLE E ROSSE, BARBABIETOLE, CAVOLO RAPA E RAPA GIALLA

FOCACCIA — 3.5
DI GRANO SARACENO

I DOLCE DI OGGI
CHIEDI AL NOSTRO TEAM

COPERTO — 2

MATERIA

PREPARAZIONI NUTRIENTI, VIVE E STAGIONALI

ORECCHIETTE ALLE CIME DI RAPA [1] 13,5

ORECCHIETTE SENATORE CAPPELLI CON CREMA DI CIME DI RAPA, POMODORI SECCHI, OLIO ALL'AGLIO E PEPERONCINO E CRUMBLE DI OLIVE NERE

RADICE, FOGLIE E FIORE [1 9] 12

ZUCCA ARROSTO SU CREMA DI SEDANO RAPA E PATATE, CECI NERI TOSTATI, OLIO AROMATICO E ERBE AROMATICHE FRESCHE.

RISOTTO ALLA ZUCCA [6 8] 11

RISO CARNAROLI MANTECATO CON CREMA DI ZUCCA E ANACARDI, OLIO AL PREZZEMOLO, GEL DI BARBABIETOLA E BERGAMOTTO E NOCI.

IL LEVANTE NEL PIATTO [1 10 11] 14

FALAFEL, CREMA DI TAHINI E CORIANDOLO, INSALATA DI CIPOLLE ROSSE, SOMMACCO E ERBE AROMATICHE E FOCACCIA SARACENO

PIATTO PROTEICO [6 9] 15,5

TOFU BRASATO CON FONDO BRUNO VEGETALE, CREMA DI EDAMAME, EDAMAME TOSTATI, OLIO AROMATICO ALLA ERBE E ERBE FRESCHE

ALLERGENI

1 CEREALI CONTENENTI GLUTINE: GRANO, SEGALE, ORZO, AVENA, FARRO, KAMUT E I LORO CEPPI IBRIDATI

2 CROSTACEI: GAMBIERI, GRANCHI, ARAGOSTE ECC.

3 UOVA: SIA UOVA INTERE CHE PRODOTTI CHE LE CONTENGONO

4 PESCE: TUTTI I TIPI DI PESCE E I PRODOTTI CHE LO CONTENGONO

5 ARACHIDI: SIA ARACHIDI CHE I PRODOTTI CHE LO CONTENGONO

6 SOIA: SIA SOIA CHE I PRODOTTI CHE LA CONTENGONO

7 LATTE:LATTE E PRODOTTI CHE LO CONTENGONO, INCLUSO IL LATTOSIO

8 FRUTTA A GUSCIO: MANDORLE, NOCCIOLE, NOCI, ANACARDI, PISTACCHI ECC.

9 SEDANO: SIA SEDANO INTERO CHE PRODOTTI CHE LO CONTENGONO

10 SENAPE: SIA SENAPE CHE PRODOTTI CHE LA CONTENGONO

11 SEMI DI SESAMO: SIA SEMI CHE PRODOTTI CHE LI CONTENGONO

12 ANIDRIDE SOLFOROSA E SOLFITI: IN CONCENTRAZIONI SUPERIORI A 10 MG/KG O 10/MG/LITRO IN TERMINI DI SO2 TOTALE

13 LUPINI E PRODOTTI A BASE DI LUPINI

14 MOLLUSCHI: COZZE, VONGOLE, LUMACHE ECC.

INVITIAMO A SEGNALARE EVENTUALI ALLERGIE O INTOLLERANZE AL PERSONALE, COSÌ DA POTERTI OFFRIRE LA MIGLIORE ESPERIENZA POSSIBILE.



ELISIR

INFUSIONI, FERMENTATI E
BEVANDE NATURALI PER NUTRIRE DENTRO E FUORI

FRESCHI E NATURALI

KOMBUCHA BOUCHE 33CL 6
FERMENTATO NATURALE A BASE DI TE - DISSETANTE, VIVO E RIEQUILIBRANTE PER L'INTESTINO.
SCEGLI TRA:
LEMONDROP - HYBISKUS7 - EARLYBIRD - CHEEERY - MANDARINO

UMÀ 33CL 6
ORANGEADE - LIMONADE - GINGER BEER

FOUNTAIN OF YOUTH 52CL 8|4
ACQUA PURA DI COCCO GIOVANE, ESTRATTA DA FRUTTI VERDI E NON TRATTATA, NATURALMENTE RICCA DI ELETTROLITI, PER UN'IDRATAZIONE PROFONDA E VITALE

GINGER SHOT 3
ESTRATTO INTENSO DI ZENZERO, LIMONE E ARANCIA – UNA CARICA NATURALE PER IL SISTEMA IMMUNITARIO

COCKTAIL BOTANICI

ORANGE BLOSSOM 8
GNISTA FLORAL WORMWOOD, SUCCO ARANCIA E LIMONE

OAKY & SOY 9
GNISTA BARRELED OAK, SALSA SOIA E SCIROPPO D'ACERO

TONICISTA 8
GNISTA PINK E ACQUA TONICA

FERMENTATI

KOMBUCHA PET-NAT JUNIPER 75CL 36|7
KOMBUCHA DI TÈ BIANCO CON NOTE RESINOSE DI GINEPRO E FRESCHEZZA AGRUMATA.
SPEZIE E FIORI NE AMPLIFICANO LA COMPLESSITÀ.FINALE ASCIUTTO E BALSAMICO.

GNISTA ITALIAN RED STYLE 75CL 40|8
INFUSIONE DI AMARENA, SPEZIE E BOTANICHE AMARE.
INTENSO E STRUTTURATO, CON NOTE DI FRUTTA ROSSA SCURA, LIQUIRIZIA E FINALE AMARICANTE.

MURI KOJI RICE 75CL 50|11
FERMENTATO DI RISO CON KOJI, LAVANDA AFFUMICATA E MAHLEB.
MORBIDO E SETOSO,CON NOTE TERROSE, ERBACEE E UMAMI,
E UNA DOLCEZZA DELICATA E PERSISTENTE

MURI PASSING CLOUDS 75CL 50|11
BOLLA BIANCA SECCA, FRESCA E FLOREALE.
UVA SPINA E MELA COTOGNA INCONTRANO MIELE E FRUTTA MATURA. AROMATICA E BRILLANTE, CON FINALE VINOSO E LEGGERMENTE SELVATICO.

MURI FADE TO BLACK 75CL 50|11
BOLLA ROSSA SUCCOSA CON TANNINI LEGGERI.
UMAMI E NOTE VEGETALI LASCIANO SPAZIO ALLA FRUTTA.INTENSO MA EQUILIBRATO, CON FINALE PROFONDO E SPEZIATO.



RITUALI

PICCOLI RITUALI DA SORSEGGIARE
PER RITROVARE ASCOLTO, EQUILIBRIO E PRESENZA

UN RITUALE DOPO IL PRANZO PER RESPIRARE, ALLEGGERIRE E RITROVARE EQUILIBRIO.
MATCHA, TOSTATI VEGETALI E INFUSI ACCOMPAGNANO IL CORPO CON DELICATEZZA, TRASFORMANDO IL DOPO PASTO IN UN GESTO DI PRESENZA.
CHIEDILI CALDI O FREDDI.

CAFFÈ MONORIGINE 4
CAFFÈ PROVENIENTI DA UNA SINGOLA PIANTAGIONE, NEI QUALI È POSSIBILIE SENTIRE UN CARATTERE BEN DEFINITO DEL CAFFÈ

TOSTATI VEGETALI 3
BEVANDE CALDE NATURALMENTE PRIVE DI CAFFEINA, DAL GUSTO RICCO E AVVOLGENTE, IN TAZZA GRANDE, SCEGLI TRA:
ORZO - CICORIA - YANNOH

INFUSI 4,5
MISCELE NATURALI DI ERBE E FIORI - DA SCEGLIERE SECONDO L'UMORE O IL BISOGNO DEL MOMENTO

MATCHA TE 5
TÈ VERDE GIAPPONESE IN POLVERE, RICCO DI ANTIOSSIDANTI - ENERGIA STABILE E CONCENTRATA

MATCHA LATTE 7
TÈ VERDE GIAPPONESE IN POLVERE CON LATTE VEGETALE, RICCO DI ANTIOSSIDANTI - ENERGIA STABILE E CONCENTRATA

